[redacted]
[redacted]

NO SUBSTANCE REQUIRED

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted] 1 - [redacted]

[redacted] - [redacted]

[redacted]

1.1 - □□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□

□□□ □□□□□ - □□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ - □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□: □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□ □□, □□□□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□, □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□

□□□□□	□□ □□□□□□□ □□□□□□□	□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□?
□□□□□	□□□□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ - □□□□ 3□□□□ □□□□, □□ □□□□ 300□□□ □□□□□ "□□□□□-□□□□□□□" (□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□) □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□, □□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□

□□□□□□□	□□□ □□□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□, □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ - □□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□-□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ (□□□□□ □□□□□□□, □□ □□□□□□□, □□□□ □□□□□□□□□) □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□	□□□ □□□□□□□□ □□ "□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□" □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□, □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ "□□□□□□ □□□□□□" □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□, □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□
□□□□□/□□□□□□□□□□□□	□□□□□□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□: □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□ □□, □□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ 30-□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□	□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□, □□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□ □□ □□

	[illegible] [illegible] [illegible]

		□□, □□ □□□ □□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□
MTHFR C677T □□□□□□□□□□	BH4 □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□, □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□ MTHFR □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□, □□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ - □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□	□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□, □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ - □□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□ - □□□ □□□□□□□□□□ (MTHFR) □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□, □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ 5-□□□□□□□□ (5-MTHF) □□, □ □□ □□□□□ □□□□□

□ □□□ □□ □□

□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□

□ □□□□□□□□□□ - □□□, □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ - □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□

□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□, □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□ - □□□ □□□□□□, □□□ □□□□□□□ □□□□□□, □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□

2.1 - □□□□□□□□ □□□□□□□

□□□□□□□	□□ □□□□ □□□□ □□□	□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□
□□□□-□□□□□□□□□ □□□□□□□	□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□, □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□□□ "□□□□" □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ - □□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□, □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□	□□□□-□□□ (near-miss) □□ □□□□□□, □□□-□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□, □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□, □□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□-□□□ □□□□ □□□□ □□ "□□□□" □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ RNG (□□□□□ □□□□ □□□□□□□□) □□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□
□□□□□□ □□ □□□□□□□□□	□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ "□□□ 7 □□□ □□□□□□ □□□ □□ - □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□" "□□□□□ 20 □□□ □□□ □□□□ □□□ - □□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□	□□□□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□-□□□□□ □□□□□□□ □□ □□ □□□ □□□□□□□□□ □□, □□ □□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□

	[illegible]" [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (...), [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]

- [illegible] 50 [illegible]: [illegible]-[illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]

□ □□□□□□□ □□ □□

□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□

□ □□□□□□□□□□ — □□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□, □□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□ □□□-□□□ □□□□□ □□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□□

□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□-5 □□□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□, □□□□□ □□ □□ □□-□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□, □ □□ □□□□□□□, □□□ □□ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□

3.1 — □□□□□□ □□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□ □□□□□□	□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□	□□□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□
□□□ □□□□□ / □□□□□ □□□□□	□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□, □□ □□□□ □□□□□□□ □□ "□□□□-□□□□□" □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ "□□□□-□□□□□" □□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□	□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□, '□□ □□ □□□□□' □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□, □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ "□□□□□ □□□□" □□ □□□□□ □□, □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□
□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□	□□□□□, □lan, □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□ "□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□," "□□□ □□□□□□□□□ □□," "□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□" - □□□□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□	□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□, □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□ □□, □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□, □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□, □□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□
□□□□□□□ □□□□□□□□□	□□□□□ □□□, □□□□, □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□, □□□□□□□□□□— □□	□□ □□□□□□□ □□ "□□□□ □□□□", "□□□□ □□□□□", □□ "□□□□

	[illegible]	[illegible]" [illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]

3.2 - [illegible]

[illegible] Csikszentmihalyi [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]

3.3 - [illegible]

- [illegible]: [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] - X [illegible], Y [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] - [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

□ □□□□□, □□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□

□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□

□ □□□□□□□□□ - □□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□

□□□ □□ □□ □□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□, □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□, □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ - □□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□, □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□, □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□

□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□□ - □□□□ □□□ □□□□, □□□□ □□□□ □□□ □□, □□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ - □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□

4.1 - □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□

□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□	□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□
□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ - □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□, □□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□, □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□	□□□□ □□□□□: □□□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□, □□□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□
□□□□□□□□□□ □□□□□: □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□, □□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □ □□□□□	□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□: □□□□ocial □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□, □□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□
□□□□□□□ □□□□: □□ 42 □□□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□□□ □□ □□□	□□□□□□□ □□□□□□□□□□: □□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□, □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□, □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□

[illegible]	[illegible]

4.2 - [illegible] - [illegible]

"[illegible]" - [illegible] [illegible] [illegible]

- [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] ('[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible],' '[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible],' '[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [

ם מממממם מם מממממממם מממממ מם מממ

מממממ מממממ מממ מם מממ מממממממ מם מממ ם מממ מממ מם מממ

ם מממממממממ - מממממם מממם מממם מם מממממממ מממם מממ מם מממ ם מממ מממ מם מממ מממם מם, מממממ מממם מממממ מממם מם מממממם מממממ מם מממ מממ

מממ מממממממ מם מם מממ מממממממממ מממ מממממ מם מממממממ מממם מם - מממממם מממממ מממם, מממ מם מממ מממם מממ מממממממממ מם מממ מם, מממממ מממ מם מממ מממם מממם מם - מם מממממממ מם מממ מממם מממממ מם מממ מם מממממממממ מם מממ מממם מממם מממממממ מממם מממממממממ מממ מם מממ מממם מממ מם מם, מם מממם מם מממ מם מממ מם מממ מממ מם מממ מם מממממ מם מממ מם מם מממממממממ מממממ מממם מממם

מם מממם מם מם מממם מם מממממם מממם מממם מממממממממ מממממממ מממממם מממ מם מם מממ מם מממממממ מם מממממם מם מממם מממ מם מממ מם, מם מם מממ מממ מממם מממממממ מממם מממ מממם, מם מם מממממ מממממממממ מם מממ מממם מם מממ מם מם מממ מם מם מם מממ מם מם מם מם מם מממ מם מם מם מם מם

	□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□□	

□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□

□□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□

□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□, □□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□

□ □□□□□□□□□ - □□ □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□ □□ - □□ □□□□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□, □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□

□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□ - □□ □□□ □□□□□□ □□, □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□ "□□□□□□□□□□□ □□□□□□" □□□□ □□□□□□□□, □□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□, □□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□, □□ □□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□ "□□□□□-□□□□□-□□□□□□" □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□, □□ □□□ □□□ □□□

□□□ □□□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□, □□□□ □□□ □□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ - □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□, □□□□ □□□□ □□ □□, □□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□-□□□□ □□□□□ □□□□□, □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□ - □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□

6.1 - □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□?

□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□?	□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□?	□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□?
□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□: □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□, □□□□□□ □□ □□□□, □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□, □□□□ □□□ □□ □□□□□, □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□, □□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□	□□ □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□, □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ (BPM) □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□, □ □□ □□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□- □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□	□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□, □□□□ "□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□" □□□ □□□□ □□, □□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□, □□ □□□□□□, □□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□, □□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□

[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]: [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] (Jira) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] - [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] - [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible]	[illegible]-[illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]

4. 8 או 12 שעות לפני: שתיית מים רבה יותר מהרגיל ואכילת מזון עשיר-מלח יש שתיית מים רבה שתיית יש שתיית מים שתיית שתיית מים רבה שתיית מים שתיית שתיית מים רבה שתיית שתיית מים, שתיית שתיית מים שתיית שתיית שתיית שתיית שתיית שתיית מים שתיית מים יש שתיית יש מים שתיית מים יש - יש שתיית יש מים יש יש שתיית יש שתיית מים מים
5. מים שתי יש שתיית: 50% שתיית מים שתיית ו שתי מים שתיית מים יש יש שתיית מים יש - יש מים מים שתי שתיית, שתיית שתיית יש שתיית מים מים שתיית, שתיית שתיית יש שתיית מים מים שתיית יש מים יש מים יש יש יש שתיית יש שתי מים מים שתיית מים יש, יש יש שתיית יש שתי יש מים יש מים מים שתיית יש מים מים יש שתיית

[illegible] 7 - [illegible]: [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] - [illegible]-[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible], [illegible], [illegible]/[illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]—[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [

	[illegible] - [illegible] [illegible] [illegible]

	[illegible] [illegible] [illegible]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[